

まよのメニュー

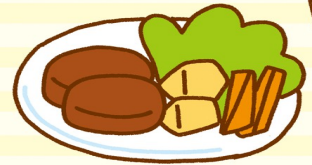
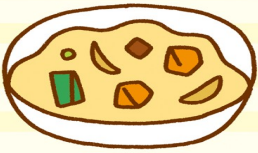
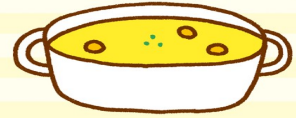


6月20日(金)

ツナサラダうどん

かぼちゃサラダ

中華スープ



今日の主食はツナサラダうどんでした！
今年もサラダうどんの季節がやってきました！暑くて食欲がないときもさっぱり食べられるうどんです！
今日のスープにはビタミンcたっぷりのほうれん草が入っていて、さっぱりとごま油風味にしました(^^)／

エネルギー553

脂質 22.0

kcal

g

タンパク質

17.6

g

塩分 3.9

g